



Institutul Național pentru Sănătatea
Mamei și Copilului
"Alessandrescu-Rusescu" București



Norwegian Institute
of Public Health



Helsedirektoratet



World Health
Organization

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

PROIECTUL : CONSOLIDAREA RETELEI NATIONALE DE FURNIZORI DE INGRIJIRI PRIMARE DE SANATATE PENTRU IMBUNATATIREA STARII DE SANATATE A POPULATIEI, COPII SI ADULTI (INCLUSIV POPULATIA VULNERABILA)“

TEMA : ADOLESCENTA, CREȘTERE DEZVOLTARE FIZICĂ PSIHICĂ ȘI SEXUALĂ

CUPRINS

- Preambul
- Definitia adolescentei
- Caracteristice cheie de dezvoltare pe parcursul etapelor adolescentei
- Prepubertatea
- Adolescenta timpurie
- Adolecenta medie
- Adultul tânăr
- Mesaje cheie
- Recomandari

PREAMBUL

Adolescența este o perioadă de tranziție majoră din punct de vedere fizic, emoțional și social de la copilărie la maturitate.

Majoritatea adolescenților traversează această perioadă fără a se confrunța cu riscuri majore pentru sănătatea lor. Dar sunt și mulți adolescenți care întâmpină dificultăți în această tranziție, asumând comportamente sexuale și sociale riscante care conduc la rezultate precare de sănătate la vârsta adultă .

Schimbările societale și modele de comportament la nivel mondial creează astăzi o confluență de factori care expun adolescenții de azi la riscuri mult mai mari decât în vremurile anterioare.

Concret, sănătatea sexuală și reproductivă a adolescenților poate fi afectată prin: apariția sarcinilor nedorite, maternitate foarte timpurie, avorturi nesigure, violență domestică, boli cu transmitere sexuală inclusiv HIV.

DEFINIREA ADOLESCENTEI

Etimologic, **adolescența**, provine din latinescul *adolescere*, care înseamnă „a crește până la maturitate” și este asociat, de obicei, cu al doilea deceniu de viață

Intrucât expresiile fizice, psihologice și culturale ale adolescenței pot apărea în momente diferite în viața unui tânăr, mulți autori o definesc, ca **fază a vieții care se întinde între copilărie și maturitate**.

Deși nu există un acord universal, debutul pubertății este considerat principalul marker al inițierii în adolescență iar finalul adolescenței este marcat prin maturizare fizică, sexuală, economică, dobândirea abilităților necesare îndeplinirii rolurilor adulților și capacitatea de raționament abstract.

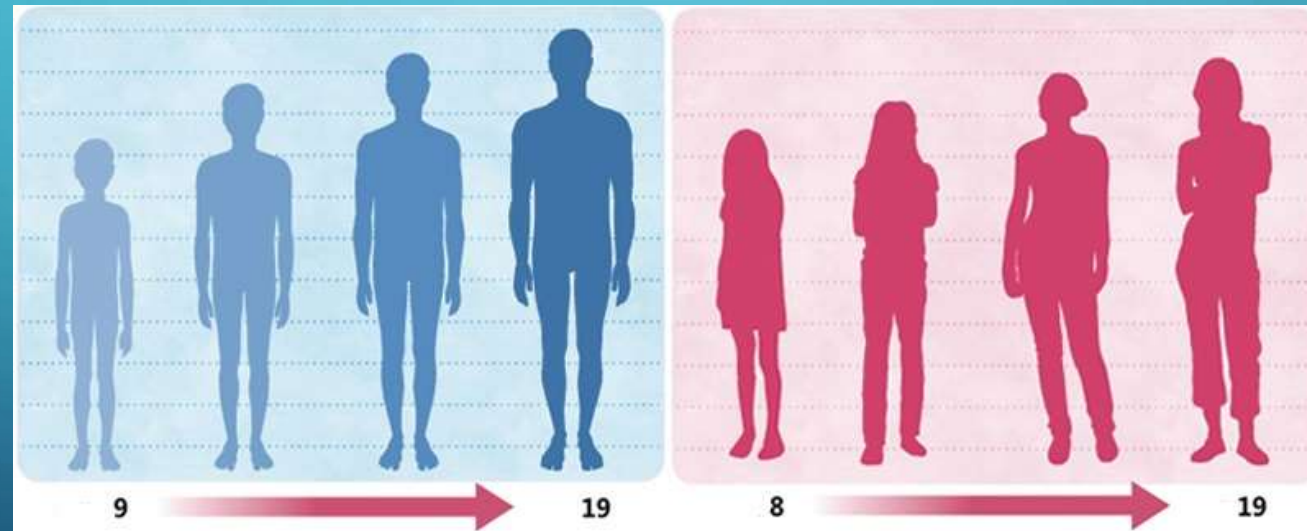
Prin urmare , perioada între 10-24 de ani, si nu 10-19, ar corespunde mai îndeaproape dezvoltării adolescenților și înțelegerii a acestei etape a vieții.

Din punctul de vedere al procesului dezvoltării, adolescența poate fi împărțită în patru etape /stadii specifice:

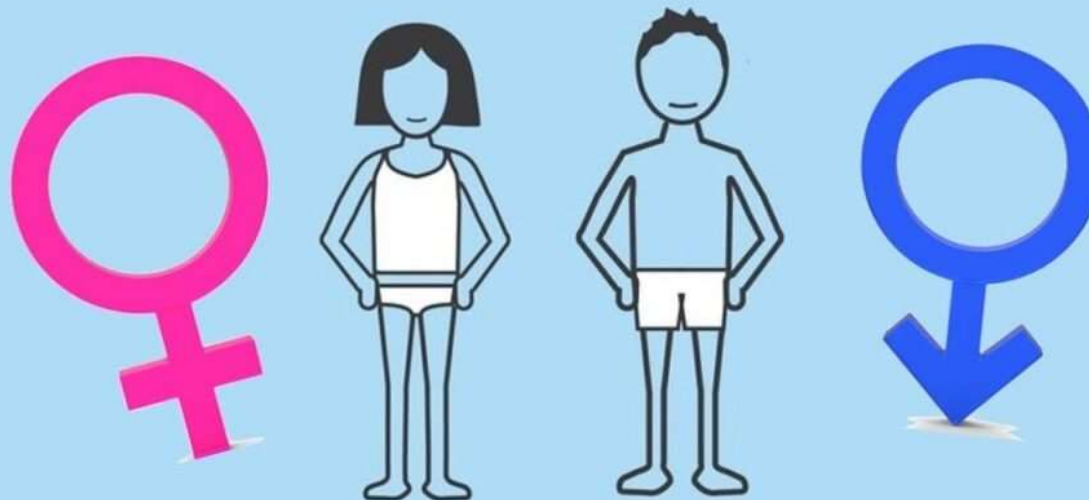
- pre-pubertate înainte de vârsta de 10 ani;
- adolescența timpurie, între 10-14 ani;
- adolescența mijlocie, între 15-19 ani;
- adolescența târzie, sau vârsta adultă tânără, între 20 și 24 de ani.

Schimbările în aceste etape se petrec la nivel biologic, emoțional, cognitiv, identitar, în relația cu familia, societatea, sexualitatea și moralitatea.

CARACTERISTICILE CHEIE DE DEZVOLTARE ALE OMULUI PE PARCURSUL ETAPELOR ADOLESCENTEI



PREPUBERTATEA-SUB 10 ANI



PREPUBERTATEA – SUB 10 ANI

Biologic

- Are organe reproducătoare imature dar poate să dezvolte semne de pubertate (sânii, părul pubian)

Emoțional

- Poate fi impulsiv, poate avea dificultăți în exprimarea sentimentelor

Identitate

- Este sensibil la diferențele de gen
- Distinge rolurile de gen
- Copiază comportamentul adultului

Cognitiv

- Învăță să dobandeasca abilități
- Are abilități lingvistice limitate
- Este curios și creativ
- Are o imaginație nestăpânită
- Are o gândire foarte concretă

Familie

- Este dependent de părinți care iau toate deciziile

PREPUBERTATEA – SUB 10 ANI

Sexualitatea

- Este explorator, în special în ceea ce privește părțile corpului
- Este curios despre sexul opus

Social

- Este competitiv (mai ales în rândul băieților)
- Manifestă tendință spre comportament agresiv (de asemenea, mai des în rândul băieților)
- Are o dorință puternică de a fi pe plac (în special în rândul fetelor)
- Este activ fizic

Etica/Moralitatea

- Are valori și credințe determinate de familie
- Aderă la valori cu puține întrebări

ADOLESCENTA TIMPURIE(10-14 ANI)



Biologic

- Începe pubertatea și corpul se modifică; apar pusee de creștere
- Ovarele se maturizează la fete,menstruația începe la majoritatea fetelor
- Sâni se măresc la fete,șoldurile se lărgesc
- Fetele sunt capabile să rămână însărcinate
- Băieții pot produce spermatozoizi
- Organele genitale se măresc
- Apare acneea
- Băieții experimentează polutii nocturne
- Mușchii se măresc la băieți

Emoțional

- Prezintă un comportament determinat de sentimente
- Are schimbări frecvente de dispoziție
- Este confuz cu privire la schimbările emoționale și fizice

Cognitiv

- Învăță să insuseasca abilități
- Răspunde cel mai bine la recompense și pedepse
- Gândirea devine mai abstractă și mai puțin concretă
- Este receptiv la idei noi
- Întrebări despre mesaje contradictorii
- Se simte invincibil sau fatalist
- Nu are control asupra vieții sau simte că îi lipsește controlul

CONTINUARE (10-14 ANI)

Familie

- Petrece majoritatea timpului cu familia, dar începe să se îndepărteze de familie către colegi

Sexualitatea

- Începe să dezvolte interes pentru sexul opus
- Este interesat de propria dezvoltare fizică, în special în relația cu semenii
- Poate începe să se masturbeze
- Poate începe să experimenteze jocul sexual
- Poate avea relații sexuale

Etica/Moralitatea

- Are valori, credințe și religie determinate în primul rând de familie

Potrivirea comportamentului cu credintele se va face mai tarziu

ADOLESCENTA MIJLOCIE (15 – 19 ANI)



ADOLESCENTA MIJLOCIE (15 – 19 ANI)

Biologic

- Continuă creșterea fizică, dezvoltarea și maturizarea sexuală
- Ritmul dezvoltării fizice și emoționale în raport cu dezvoltarea semenilor este important

Emoțional

- Sentimentele contribuie la comportament, dar nu le controlează
- Este mai puțin impulsiv. Începe să răspundă pe baza unei analize atente a consecințelor potențiale
- Este preocupat de imaginea de sine

Cognitiv

- Gândește în termeni mai abstracti
- Dezvoltă abilități mai avansate de rezolvare a problemelor

Identitate

- Are un sentiment de sine care este în mare parte modelat de semenii

CONTINUARE(15 – 19 ANI)

Familie

- Poate deveni mai îndepărtat de familie și poate căuta mai multă intimitate
- Se îndepărtează de la părinți spre semenii
- Se poate căsători și se poate avea copii

Sexualitatea

- Are un interes sexual crescut
- Poate iniția sex în interiorul sau în afara căsătoriei

• Social

- Semenii influențează activitățile de petrecere a timpului liber, aspectul, consumul de substanțe și comportamentele sexuale inițiale

- Familia influențează educația, cariera, valorile și credințele religioase

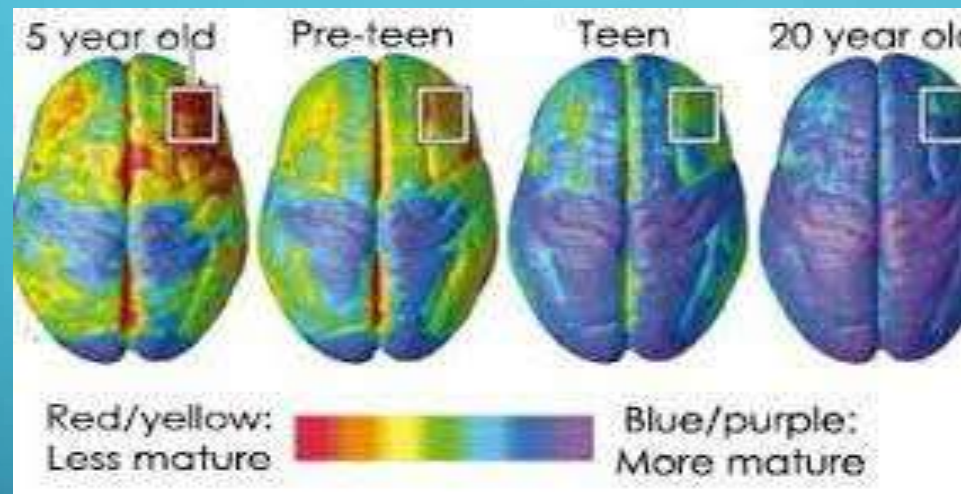
• Etica/Moralitatea

- Crește expunerea la valorile și convingerile altora

- Începe să pună la îndoială propriile convingeri, ceea ce poate duce la conflicte cu părinții sau familia

- Începe să dezvolte propriul set de valori

ADULTUL TANAR(20 – 24 DE ANI)



ADULTUL TANAR(20 – 24 DE ANI)

- **Biologic**

- A atins maturitatea sexuală și fizică

Emoțional

- Este mai capabil să rezolve conflictele
- Dezvoltă relații mai stabile
- A dezvoltat un sentiment de sine mai puternic

- **Cognitiv**

- Demonstrează o soluționare îmbunătățită a problemelor
- Arată o mai bună înțelegere a consecințelor comportamentale ale acțiunilor

- **Identitate**

- Se confrunta cu rolurile și responsabilitățile adulților
- Se confrunta între dependență și independență

- **Familie**

- Începe să se reintegreze în familie ca un nou adult în curs de dezvoltare
- Începe să creeze o „potrivire” între sinele nou definit și familie
- Se simte confortabil cu rolul de adult

CONTINUARE(20 – 24 DE ANI)

Sexualitatea

- Dezvoltă relații intime serioase care înlocuiesc relațiile de grup ca fiind primare
- Dezvoltă relațiile sociale ale adulților
- Este gata să intre într-o relație angajată

Social

- Importanța interacțiunii cu semenii pentru luarea deciziilor scade
- Scade rolul decisiv cu semenii în convingerile și acțiunile personale
- Face alegeri cu privire la carieră sau vocație și roluri în interiorul și în afara casei

- Finalizează educația; se pregătește pentru angajare
- Se pregătește pentru a fi părinte
- Poate echilibra nevoile proprii și ale celorlalți pe baza unei interacțiuni sănătoase
- Obține un statut recunoscut social, cu drepturi și responsabilități clare ale adulților,

Etica/Moralitatea

- Este adesea prins între rolurile și valorile tradiționale și moderne

Mesaje cheie (1)

Adolescența este o perioadă formativă în care modificările cognitive, afective și comportamentale apar alături de cele mai extinse tranziții biologice încă din copilărie, în special în ceea ce privește dezvoltarea pubertală și a creierului.

Dezvoltarea creierului adolescentului se caracterizează printr-un dezechilibru între sistemele limbic și de recompensă, care se maturizează mai devreme, și sistemul de control prefrontal care nu este încă pe deplin matur. Acest dezechilibru poate fi substratul neuronal pentru stilul emoțional reactiv tipic al adolescenței și poate promova un comportament riscant.

Deciziile pe care le iau adolescenții nu sunt întotdeauna în avantajul lor deoarece ei nu au încă capacitatea deplină de a analiza consecințele acestora. Acest lucru se întâmplă deoarece, sistemul limbic, partea emoțională a creierului este complet dezvoltată în adolescență dar partea rațională, cortexul prefrontal, se dezvoltă complet numai după 20 de ani.

MESAJE CHEIE (2)

Reorganizarea creierului îi fac pe adolescenți deosebit de susceptibil la influențele mediului, atât la cele pozitive, cât și negative

- **Traietoriile pozitive sau negative în care se poate înscrie un adolescent sunt influențate puternic de ceea ce numim stimă de sine.**
- **Stima de sine este o evaluare globală a valorii persoanei, exprimată într-o orientare pozitivă sau negativă față de sine. Stima de sine este ceea ce crede și simte adolescentul cu privire la propria sa imagine, o măsură a cât de mult o persoană se „prețuiește” sau se place pe ea însăși”**
- **Dezvoltarea stimei de sine a începe de la naștere și este în continuă schimbare sub influența experienței.**
- **Criticile în general a părinților și a celor din jur pot dezvolta o stimă de sine scăzută sau presiunile pentru obiective nerealiste. Stima de sine scăzută predispune la comportamente riscante, pentru căutarea afirmării în medii periculoase.**

RECOMANDARI ADRESATE PARINTILOR, EDUCATORILOR PERS. MEDICAL PENTRU A DEZVOLTA O STIMA DE SINE INALTA LA COPII

- Ca parinte, fiți un model de urmat pentru o stimă de sine ridicată
- Să aveți așteptări realiste de la copii
- Respectati individualitatea copilului
- Lăudați realizările copilului
- Lăudați eforturile chiar dacă nu au avut succesul dorit
- Nu etichetați copilul , corectati doar comportamentul
- OFERITI COPIILOR:
 - - informații, inclusiv de educație sexuală cuprinzătoare adecvată vârstei;
 - - oportunități de dezvoltare a abilităților de viață;
 - - servicii de sănătate care sunt acceptabile, echitabile, adecvate și eficiente;
 - medii sigure și de susținere.



VA MULTUMIM !